

■ 健谈

“救命按钮” 岂能成摆设

现如今,紧急呼叫按钮随处可见。紧急呼叫按钮可以在危急时刻发挥作用,一枚按钮虽小,作用却巨大。缘于此,很多人直言,紧急呼叫按钮就是“救命按钮”。遗憾的是,“救命按钮”虽然很重要,但在一些地方却沦为摆设。比如,有些地方的“救命按钮”安装之后就没了下文,既没有被启用,也没有人维修;有些地方的“救命按钮”虽然可以按下,却没有办法达到“求救”的目的。

当“救命按钮”成为摆设,就意味着公众的生命安全无法得到全覆盖的保障,背离了设置“救命按钮”的初衷,必须引起重视。

有人曾做过测算,在急救普及上投入1元钱,在灾害中就能减少至少4元的损失。“救命按钮”对于防范风险至关重要,保障其健康运转势在必行。对监管部门来说,不仅要延伸监管触角,更要拓宽举报渠道,让更多人参与进来,以覆盖更广的监管范围,最大限度地确保“救命按钮”的正常运行。对于管理方来说,则应提升安全意识,不能只是“有了就行”,还必须确保其“健康运转”,确保“救命按钮”能发挥出“救命”的作用。

□ 龙敏飞
《民主与法制时报》11月14日

■ 素问

“司美格鲁肽” 真是减肥神药？

“一天掉了4斤”“用来减肥的,没糖尿病”“效果不错,两天瘦了4斤”……近期,一款名为司美格鲁肽注射液的处方药被减肥界追捧,网络平台一些大药房也有售卖,有的药房销售记录达几万单。不过,如此热销,在商品售卖页面却很难找到药品说明书,消费者只要填写相关信息就能购买。

福建省消委会健康专业委员会提醒消费者,目前市场上有2款进口司美格鲁肽注射液,商品名分别为“诺和泰,Ozempic”和“诺和盈,Wegovy”,分别适用于不同症状,消费者在购买和使用时需要仔细区分。

福建省立医院减重科隋主任告诉记者,“诺和泰”司美格鲁肽注射液是一种专门用于降血糖的药物,而非减肥药,主要针对的是成人Ⅱ型糖尿病患者,并且需要在医生的指导下根据相应指征才能购买和使用。该药物通过刺激胰岛分泌和降低胰高血糖素分泌的机制,达到降低血糖的效果。值得注意的是,目前已有案例显示,部分患者未遵医嘱购买和使用,导致出现了副作用或并发症。“诺和盈”司美格鲁肽注射液则主要用于成人体重控制,但同样需要在医生指导下使用,且适用于BMI值(身体质量指数)大于27kg/m²(上标)且合并至少一项肥胖并发症的患者,或BMI值大于30kg/m²(上标)的单纯性肥胖患者。同时,隋主任强调,该药物不适用于有消化道疾病的人群。

□ 张文章
《中国消费者报》11月14日



女子连吃三年后中毒 雄黄是常见的砷中毒来源

“35岁的浙江杭州女子黄玲,最近总感觉浑身没力,肚子也胀胀的。后来发展到浑身上下的皮肤都是‘黑黢黢’的,手掌和脚底格外明显,她来到杭州市第一人民医院就诊。经检查,竟是‘砒霜’中毒。这是怎么回事?”

从检查结果来看,黄玲的红细胞、白细胞和血小板均低于人体正常范围,同时存在内分泌功能紊乱、肝功能异常、腹水、周围神经病变等多系统损伤。但黄玲的免疫指标、肿瘤指标、微量元素的显示正常,也没有发现常见的感染、肿瘤、风湿免疫性疾病的迹象。后经医生们仔细梳理排查与重金属检验,发现黄玲的尿砷高出正常人的十倍,提示为砷中毒。

在日常生活中,常见的急性砷中毒,多是误服砒霜所致。雄黄是市面上最常见的砷中毒来源,其主要成分就是四硫化四砷,在高温下可被氧化成剧毒的三氧化二砷,也就是砒霜。

黄玲是如何接触到砷的呢?原来,黄玲素来便秘,自认为是上火,便长期服用牛黄解毒片以清热解毒,不间断地吃了三年。

牛黄解毒片是一种常用的中成药,其主要成分包括牛黄、雄黄、冰片等,具有良好的抗炎和解毒作用。正常情况下,遵医嘱服用没问题,但牛黄解毒片处方中的“雄黄”有较强的毒副作用,长期或大量服用雄黄可能引起慢性砷中毒,其毒害作用可影响到神经系统、消化系统、血液系统和泌尿系统等。

医生立即对黄玲进行了驱砷治疗,考虑到长期服用雄黄还可能造成结肠黑变病,便为她进行了肠镜检查。果不其然,肠镜检查

显示,黄玲的整个大肠呈黑褐色,也就是结肠黑变病。

砷中毒有何症状?砷中毒可分为急性和慢性。急性砷中毒,会出现恶心、呕吐、腹痛、腹泻、头痛、头晕、乏力等,严重时可出现昏迷、抽搐甚至死亡,应第一时间催吐,赶紧就医。慢性砷中毒,是长期接触低剂量砷化物所致,可能表现为皮肤色素沉着、角化过度、疣状增生,还可能影响神经系统、消化系统、心血管系统等,增加患癌风险。

温馨提示:生活中如出现便秘、失眠等问题,可尝试调整作息解决,如需长期大量服用相关药物应在医生指导下进行。

国家应急广播 11月17日

■ 知心

越刷越空虚? 过度沉迷短视频易失掌控感

在刷短视频的过程中,我们会产生怎样的情绪和行为呢?作为一种娱乐信息媒介,个体看视频时会体验到极大的愉悦感,这种积极情绪会作为一种正强化,促使个体延长刷短视频的时间。当这一行为被迫停止时,正强化就会丧失,负强化就会被激活,会让人产生愤怒、压力、空虚、无聊等消极情绪。当个体由短视频回归现实,大脑认知与决策的控制化加工系统回归,就会后悔自

己花费了太多时间在短视频上。大多数理性的用户会有意识地减少观看短视频的时间,或者在某些时段完全停刷。然而,短视频激活的大脑奖赏系统以及自动化的加工系统可不会轻易放过我们,会诱使用户再次掉入短视频的狂欢陷阱。因此,个体与短视频之间的关系就会演变为掌控——失控——再掌控——再失控的循环。所以,在观看短片时,应当有意识地调动大脑的

控制化加工系统,努力使之处于激活状态。如果发现短片对自己的情绪或压力水平产生了负面影响,或发现自己沉浸其中,要立马抽离。如果刷短视频已成困扰,可以有意识地减少刷短视频的时间,或者将APP卸载,以此来控制过度沉迷行为。

□ 侯金芹
(作者系中国教育科学研究院副研究员)
半月谈网 11月13日

■ 医目了然

● 人工智能辅助康复纳入医疗服务价格项目

近日,国家医保局发布《康复类医疗服务价格项目立项指南(试行)》,将“人工智能辅助”康复纳入医疗服务价格项目。这意味着“人工智能辅助”康复服务收费将有据可依。

国家医保局介绍,新发布的立项指南参考2023年版医疗服务项目技术规范,将现行康复类价格项目规范整合为17项。康复类项目分为功能检查和训练两大类,针对意识、认知、言语、吞咽、运动、脏器、神经发育等不同功能障碍分别立项。新项目既能兼容现有价格项目,也便于未来吸收更多创新康复技术的临床转化应用。

□ 柴嵘
《北京日报》11月15日

● 食用油散装运输强制性国家标准 明年2月1日正式实施

市场监管总局(国家标准委),近日批准发布了强制性国家标准GB 44917-2024《食用植物油散装运输卫生要求》,将于2025年2月1日正式实施。标准界定了食用植物油散装运输的术语,规定了散装运输容器基本要求、

清洁、维护和管理,运输作业,记录等卫生要求。其中规定,食用植物油散装运输容器应采用食品专用容器,应在容器外显著位置明显标识“食用油专用”或“食品专用”字样,容器内外均应干净卫生。运输非食品的容器不应运输食用植物油。用于食用植物油散装的集装箱液袋为一次性使用容器,不应重复使用。应确保运输容器不渗漏、不泄漏,食用植物油不受到污染,且便于装卸及运输。

□ 李晶晶
央视新闻客户端 11月14日

● 长期照护师持证上岗

近日,国家医保局会同人力资源和社会保障部印发《关于推进长期照护师职业技能等级认定的实施意见》,加快推进以岗位使用为导向的长期照护师职业技能等级认定体系建设,明确做好长期照护师职业技能等级认定的有关要求。

意见提出,省级医保、人社部门要统筹公共实训基地、普通高校、职业院校(含技工院校)、职业技能培训机构等资源,共同遴选符合条件的单位,按程序做好备案管理。备案后的单位将成为长期照护师职业技能等级认定机构。原则上,各省备案开展长期照护师职业技能等级认定的社会培训评价组织不超过3家。

等级认定机构应通过理论知识考试和操作技能考核方式,围绕基础知识、生活照护、基础护理、心理照护等方面开展考核,并对合格人员颁发职业技能等级证书。各地应督促指导等级认定机构,分类分级做好五级/初级工、四级/中级工、三级/高级工的认定考核工作。

□ 王美华
《人民日报海外版》11月15日

● 我国首台全植入人工耳蜗样机在沪研制成功

我国首台无需任何外部设备、完全植入患者体内的全植入人工耳蜗,由上海交通大学医学院附属第九人民医院和上海微创医疗器械(集团)有限公司联合研制成功,并于2024年11月10日在双方联合主办的“全植入人工耳蜗技术研讨会”上首次公开亮相。

据悉,全植入人工耳蜗的最大优势是将传统体外装置完全集成于体内,使佩戴者外观上与常人无异,其研制的最大瓶颈是解决皮下声学传感器的收声和体内降噪难题。由于该产品技术壁垒高、难度大,因此被美国食品药品监督管理局认定为“突破性医疗器械”,迄今在全球范围内无上市产品。

□ 黄杨子
上观新闻 11月15日

■ 千金方

阿尔茨海默病可手术治疗

浙江省宁波市第二医院11月8日发布消息称,该院为一名76岁患中度阿尔茨海默病的老人实施颈深淋巴管—静脉吻合术后,其症状得到了明显改善。术后两个月的复诊结果显示,老人记忆力明显恢复,可以和人正常交流。

今年以来,国内多家三甲医院开展了类似手术。“手术依据的理论基础是脑内β—淀粉样蛋白(Aβ)

的异常沉积和tau蛋白异常磷酸化,这是引发阿尔茨海默病的重要致病机制。”实施该例手术的手显微修复外科副主任郭宗慧向记者介绍,老人脑内β—淀粉样蛋白(Aβ)的异常沉积,就像下水道堵塞住了,“废物”没法及时运送出去,而该手术可以大大加快“废物”的清运速度,提升清运效率。

□ 张爽
《健康时报》11月15日

出生两月女孩腹胀如球 竟是得了这种病

近日,安徽省儿童医院(安徽省妇幼保健院 复旦儿科安徽医院)新生儿外科接诊一名两个月大、腹部胀如气球的女孩。医生询问病史了解到,患儿出生24小时胎便未解,经常便秘,需借助开塞露或棉签刺激排便,腹胀一直未缓解,家人辗转多家医院无果后前来就诊。经病史、体检和结肠造影检查,诊断为先天性巨结肠,回流灌肠排出大量陈旧大便后腹胀减轻,10天的巨结肠回流灌肠让腹胀症状完

全缓解。“先天性巨结肠在消化道发育畸形中位居第2位,男孩更易发病。”该新生儿外科主任医师左伟说,病变肠管因缺乏神经节细胞持续痉挛,无法像正常肠道那样蠕动,粪便无法排出体外,导致病变近端肠管严重扩张,还易引发小肠结肠炎等严重并发症,影响患儿生长发育。若不及时治疗,极度扩张的肠管可能发生肠穿孔,甚至导致死亡。

□ 何晴晴 黄晖
中安健康网 11月12日

这些类型的伤口结痂不利于愈合

受到外伤后,皮肤上常常会形成一层痂。大家通常会认为,等痂自然脱落,伤口就愈合了。北京顺义妇儿医院整形外科医生朱海介绍,一般情况下保留结痂是对伤口恢复有好处的;但是,伤口较深、较宽的擦伤、挫伤,以及温度较高、损伤时间较长的烧烫伤,如果等待结痂自

行脱落,需要的时间长、感染风险高,应及时去专业医疗机构处理,必要时去除痂。切忌自行揭掉痂,避免再次损伤。朱海医生强调,切忌反复自行揭痂。如果结痂超过两周仍然没有愈合,建议到正规的医疗机构就诊处理。

□ 朱海
搜狐健康 11月14日

骨质疏松症可防可治

浙江温州医科大学附属第一医院主任药师曹高忠表示,骨质疏松性骨折是骨质疏松症的严重后果,特别是老年人,跌倒后容易发生髋部骨折,常被称为“人生最后一次跌倒”。

曹高忠说,骨质疏松症是一种以骨量低下、骨组织微结构损坏,导致骨脆性增加,易发生骨折为特征的全身体病,可发生于任何年龄,尤其是绝经后的女性和老年男性。

“骨质疏松症可防可治,早期筛查和防治可有效延缓其发病进程,但大多数人对该病缺乏足够的认知和重视,患病知晓率过低和防

治意识薄弱,导致很多人在出现严重疼痛甚至骨折时才就医,从而错过了最佳干预时机。”温州医科大学附属第一医院内分泌科主任医师章惺惺说。

对此,曹高忠提出防治骨质疏松症需多管齐下。在强化骨质疏松症的专业干预方面,他建议骨密度检测项目纳入城镇参保居民健康体检,加强高危人群的骨质疏松筛查,同时应当对涉及老年人办事就医、交通出行等所需的家庭和公共场所,通过增设扶手、无障碍坡道等设施,推进适老化和无障碍建设。

□ 张煜欢
中国新闻网 11月10日

女性应重视经期保健

痛经是疾病吗?广西壮族自治区妇幼保健院妇科主任医师李翠明介绍,痛经在医学上被称为痛经症,指女性在月经期间出现的下腹部疼痛,可能伴随恶心、呕吐、腹泻、头痛、疲劳等多种不适症状,还可能导致情绪波动、焦虑和抑郁。在临床上,痛经分为原发性和继发性两种。原发性痛经病因未明,一般从青春期的开始,无生殖器官的器质性病变;继发性痛经有明显病因,可能由于子宫内异位症、子宫肌瘤等

病理性因素引起。“多数女性在其一生中至少经历过一次痛经,不能简单地将其看作一种普通的不适感。”李翠明建议,女性应科学做好经期保健,讲究卫生,保证充足的休息;在饮食上,应避免生冷、辛辣和油腻,多吃温热、易消化、富含维生素和矿物质的食物;若经期不适严重或持续不缓解,应及时就医检查和治疗,使用非处方药物缓解痛经亦需经医生指导。

□ 黄凯莹
光明网 11月11日

声明:由于部分稿件作者地址不详,无法及时发放稿费,请作者与本报联系。电话:010-84772978